

Министерство образования Республики Беларусь

Учреждение образования  
«Гродненский государственный университет имени Янки Купалы»

**СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ СИСТЕМЫ  
ПОДГОТОВКИ КАДРОВ В ВУЗЕ:  
НАПРАВЛЕНИЯ И ТЕХНОЛОГИИ**

Материалы VIII Международной научной конференции

15-16 ноября 2016 г.,  
г. Гродно

В двух частях

Часть 1

Гродно  
ООО «ЮрСаПринт»  
2016

## ОЦЕНКА ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СПЕЦИАЛИСТА И МОДЕЛЬНЫЕ ОРИЕНТИРЫ УСПЕШНОСТИ В ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

**Антипин Н.И., Матвиенко А.И.**, учреждение образования «Полоцкий государственный университет», Республика Беларусь

**Аннотация.** Рассмотрены проблемы формирования профессионально-важных физических качеств в целях повышения профессиональной и учебной работоспособности, снижения утомляемости контингента системы «Лицей-вуз-предприятие». Исследование позволило установить корреляционную зависимость психической работоспособности и утомляемости от развития ряда физических качеств. Представлены специальные программы занятий и методики исследований, направленных на сохранение здоровья и качества подготовки специалиста.

**Ключевые слова:** повышение работоспособности, специальные программы, методики, физические качества

Формирование человека на всех этапах эволюционного развития проходило в неразрывной связи с активными физическими нагрузками, которые приобрели важную биологическую и социальную роль в его жизнедеятельности.

В условиях развернувшейся компьютеризации учебного и производственных процессов важное значение имеет обеспечение оптимальной двигательной активности в целях недопустимости снижения профессиональной работоспособности и проявления утомляемости в динамике учебного и рабочего дня и недели в целом [1, 2].

Умственный труд компьютеризирован и требует напряжения преимущественно сенсорного аппарата, внимания, активизации процессов мышления, эмоциональной сферы [3], сопровождается функциональными изменениями со стороны нервной, сердечно-сосудистой и других систем организма.

Выполнение ответственного учебного или производственного задания требует умственной активности, вызывает значительное напряжение высших отделов ЦНС, что порождает проблему утомления. При этом в творческом труде невозможно определить почасовую производительность работников, поэтому изменение работоспособности может характеризоваться динамикой функционального состояния.

Компьютеризация рабочих мест характеризуется недостатком физической активности может сопровождаться нарушениями функции ЦНС, детренированностью сердечно-сосудистой, дыхательной, нервно-мышечной систем, развитием функциональной атрофии скелетных мышц и даже изменениями в социальном поведении человека. При этом ухудшается умственная работоспособность, возрастает число ошибок при выполнении умственных операций, увеличивается скрытое время простых и сложных ответных реакций, снижается функция внимания [3], снижается сопротивляемость организма заболеваемости, с возрастом возрастает частота заболеваний сердечно-сосудистой системы. Недостаток движений приводит также к ослаблению дыхания. В нижних отделах легких, в полости живота и ногах застаивается кровь, появляются головные боли [4]. Снижение окислительных процессов в организме влечет за собой малокровие, а также ожирение [5].

Утомляемость является также и следствием рабочей позы, длительностью напряжения некоторых групп мышц, удерживающих туловище в определенном положении [6].

При одном и том же росте у людей физического и умственного труда у последних отмечается большой вес, значительно ниже показатель спирометрии и становой силы.

Таким образом, учебная и производственная деятельность по-разному влияет на физическое развитие людей. На каждом этапе развития формируется своя функциональная система, обеспечивающая успешность их учебной и профессиональной деятельности.

Однако до настоящего времени факт успешности в учебно-профессиональной деятельности недостаточно широко подкреплен определенным уровнем критериями психофизической подготовленности различных возрастных групп населения.

Динамика развития психофизической подготовленности испытуемого контингента проводилась на базе выпускных классов лицеев, гимназий г. Новополоцка, Полоцкого государственного университета и предприятиях Полоцкого региона.

Сравнение разработанной профессиограммы со спортограммой позволило определить общую направленность использования средств и форм физической культуры, в основу которой были положены характер и динамика производственного утомления, а также психофизиологические функции, физические качества и двигательные навыки, необходимые в профессии. Известно, что учебная и профессиональная деятельность предъявляет высокие требования к вниманию, которое является одним из важнейших свойств, определяющих его профессиональную пригодность.

При наличии внимания процессы мышления (анализа, обобщения) протекают быстро и правильно, движения выполняются аккуратно и четко, психическая деятельность протекает с большой интенсивностью [7].

Для изучения функционального состояния ЦНС по показателям свойств внимания, зрительно-моторной реакции нами разработана специальная компьютерная программа цифровых и буквенных тестов с использованием методик В.Я. Анфимова. Тесты выводились на экран монитора, учет результатов и обработка данных выполнения задания испытуемыми осуществлялся ПЭВМ. Во избежание запоминания расположения цифр и букв при повторном тестировании варианты таблиц менялись. По тестам фиксировалось время их выполнения, по количеству правильно подчеркнутых знаков высчитывался коэффициент правильности выполненной работы и коэффициент чистой работоспособности по формулам Г.М. Уиппла.

В целом методика определения уровня учебной и профессиональной психофизической подготовленности контингента в системе «Лицей-вуз-предприятие» предусматривала выполнение комплекса контрольных упражнений и норм.

Если человек в состоянии без чрезвычайного напряжения может выполнить указанные нормы, то психофизическая подготовленность достаточно хорошая и способствует успешности учебно-профессиональной деятельности, снижению утомляемости при длительной напряженной работе.

В производственно-педагогическом эксперименте нами были отобраны те виды спортивных занятий и физические упражнения, которые обеспечивают преимущественную профилактику утомления и перенос развиваемых способностей на профессионально-важные качества: продолжительные спортивные игры (баскетбол, настольный теннис), лыжи, бег, ритмическая гимнастика, продолжительное выполнение динамических и статических упражнений с большими мышечными напряжениями, упражнения на тренажерах, комплексы общеукрепляющих и специальных упражнений для глаз, плавание.

В ходе занятий с преимущественной направленностью предлагаемых средств происходят изменения подвижности нервных процессов, прослеживаемых по динамике величин тестов на внимание, количественных и качественных величин показателей работоспособности.

В ходе учебной и трудовой недели у испытуемых отмечается увеличение субъективной оценки активности, настроения и самочувствия. Полученные в исследованиях данные подтверждают положение о том, что устойчивость и активность таких показателей умственной деятельности как внимание, восприятие, скорость передачи информации и другие, прямо пропорциональны уровню физической подготовленности человека.

Различные психические функции имеют корреляционную зависимость от развития таких физических качеств, как быстрота, сила и выносливость. С развитием этих качеств улучшаются показатели психических функций.

Литература:

1. Антипин, Н.И. Послетрудовая реабилитация и профессионально-прикладная физическая подготовка : автореф. дис ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Н.И. Антипин. – Минск, 1997. – 19 с.
2. Антипин, Н.И. Новые здоровьесберегающие технологии и средства подготовки современного специалиста / Н.И. Антипин // Вестник Полоцкого государственного университета. Серия Е. Педагогические науки. – 2008. – № 5. – С. 106–110.
3. Демин, И.В. Особенности динамики функционального состояния и изменений двигательного навыка при выполнении процессуально-точностного движения операторами сенсомоторного профиля: автореф. дис. ... канд. биолог. наук: 03.00.13 / И.В. Демин. – М., 1987. – 22 с.
4. Нифонтова, Л.Н. Производственная гимнастика для работников умственного труда / Л.Н. Нифонтова. – М.: Физкультура и спорт, 1969. – 64 с.
5. Мясников, А.Л. Основы диагностики и частной патологии внутренних болезней / А.Л. Мясников. – М.: Медгиз, 1952. – 67 с.
6. Виленский, М.Я., Ильинич В. И. Физическая культура работников умственного труда / М.Я. Виленский, В.И. Ильинич. – М.: Знание, 1987. – 84 с.
7. Рудик, П.А. Динамика психических функций в условиях особо трудной деятельности: тез. докл. на междунар. конгрессе психологов / П.А. Рудик. – М., 1966. – С. 67–72.

УДК 233.33

## СОСТОЯНИЕ И ПРОБЛЕМЫ СОВРЕМЕННОГО УРОКА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

**Антихович Ж.С.**, «Павлодарский государственный педагогический институт», Республика Казахстан

**Аннотация.** Наиболее значимой проблемой школьной физической культуры является проблема приоритетной направленности учебного предмета «Физическая культура». Чему отдать предпочтение: оздоровительному, тренировочному или образовательному направлению? Дискуссия на эту тему ведётся не первый год, и до сих пор доминирующая направленность данного учебного предмета в школьной программе однозначно не определена.

**Ключевые слова:** уроки физической культуры, физическая нагрузка, максимальная моторная плотность урока, объём двигательной активности.

Состояние физического воспитания на постсоветском пространстве близко к национальной катастрофе. Сегодняшние дети отстают на 30-40% по важнейшим показателям, характеризующих их физические возможности, от поколения их родителей, Это является следствием сложнейших социально-экономических перестроек, захвативших наши страны за последние 20 лет в пылу которых проблемы физического воспитания были порой сознательно отодвинуты на задний план. Школы отчитываются перед высоким начальством о количестве установленных компьютеров, но почти никому нет дела до разрушающихся спортивных площадок, пришедших в моральный и физический упадок спортивных залов, малочисленность спортивного инвентаря. Еще десять лет назад комплексный подход к физическому воспитанию не вызывал сомнений ни у руководителей школ ни тем более школьных учителей, программы носили название «комплексных». Но изменения в обществе затронули абсолютно всю сферу жизнеобитания человека и ухудшение состояния здоровья поколения

**АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ СТУДЕНТОВ  
(КУРСАНТОВ), ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ СПЕЦИАЛИСТОВ ПО  
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ**

<b>Антипин Н.И., Матвиенко А.И.</b> Развитие свойств внимания профилируемыми спортивными занятиями .....	165
<b>Антипин Н.И., Матвиенко А.И.</b> Оценка подготовленности специалиста и модельные ориентиры успешности в профессиональной деятельности .....	168
<b>Антихович Ж.С.</b> Состояние и проблемы современного урока физической культуры .....	170
<b>Барков В.А., Баркова В.В.</b> Исследование особенности адаптации студентов специальности «Физическая культура» к учебной деятельности .....	173
<b>Батяшова И.В., Кривец О.А., Кулак А.В.</b> Психологическое обеспечение спортивной деятельности .....	175
<b>Васильев Д.А., Балдашинов И.Т.</b> Педагогическое внушение как способ управления борцовским соревновательным поединком .....	177
<b>Гавроник В.И., Тарасов В.И., Кирдякин С.Ю.</b> Совершенствование методической подготовленности будущих руководителей физической подготовки .....	180
<b>Герасевич А.Н.</b> современные проблемы подготовки специалистов по физической культуре и спорту .....	182
<b>Додонова Е.А.</b> Проблемы и методы развития мотивации студентов к занятиям физической культурой и спортом .....	185
<b>Ефремов А.Э., Балдашинов И.Т.</b> Тактические действия в гиревом спорте .....	188
<b>Знатнова Е.В., Галаничев А.С.</b> Развитие скоростно-силовых способностей у курсантов военных факультетов .....	191
<b>Корносенко О.К.</b> Интеграционно-дифференцированный подход к подготовке будущих специалистов по физической культуре .....	193
<b>Костюкович В.Е., Кривенков Ю.В.</b> Методические аспекты содержания профессионально-прикладной физической подготовки в учебных заведениях МВД .....	195
<b>Кошман М.Г.</b> Проектная культура будущего спортивного педагога: теоретико-методологический аспект .....	199
<b>Кулеш С.Ф., Гавроник В.И., Казьмин А.А.</b> Повышение уровня физической подготовленности на основе применения средств фитнеса .....	202
<b>Левицкий А.Н.</b> Здоровьесберегающие технологии физического воспитания как средство сохранения и укрепления здоровья студентов .....	204
<b>Лушневский А.К.</b> Анализ системы научно-методического обеспечения образовательного процесса по подготовке специалистов в области физической подготовки военнослужащих .....	205
<b>Мартынюк Н.С.</b> Бег в системе оздоровления учащихся высших учебных заведений .....	209
<b>Метелица А.Н.</b> Характеристика физкультурных потребностей и некоторые факторы, определяющие эффективность их формирования .....	211
<b>Миненок Е.В., Прокопкина С.В., Черкасова Т.Г.</b> Двигательная активность в структуре режима дня студенческой молодежи .....	213
<b>Моисейчик Э.А.</b> Влияние физической культуры в вузе на внеучебную двигательную активность студентов .....	217
<b>Наскалов В.М., Спащанская В.Н., Мысливчик И.Е.</b> Ценностные ориентации студентов на двигательную активность как компонента ведения здорового образа жизни .....	219
<b>Нимгиров А.С., Балдашинов И.Т.</b> Техничко-тактическое мастерство боксеров (группы спортивного совершенствования) .....	221